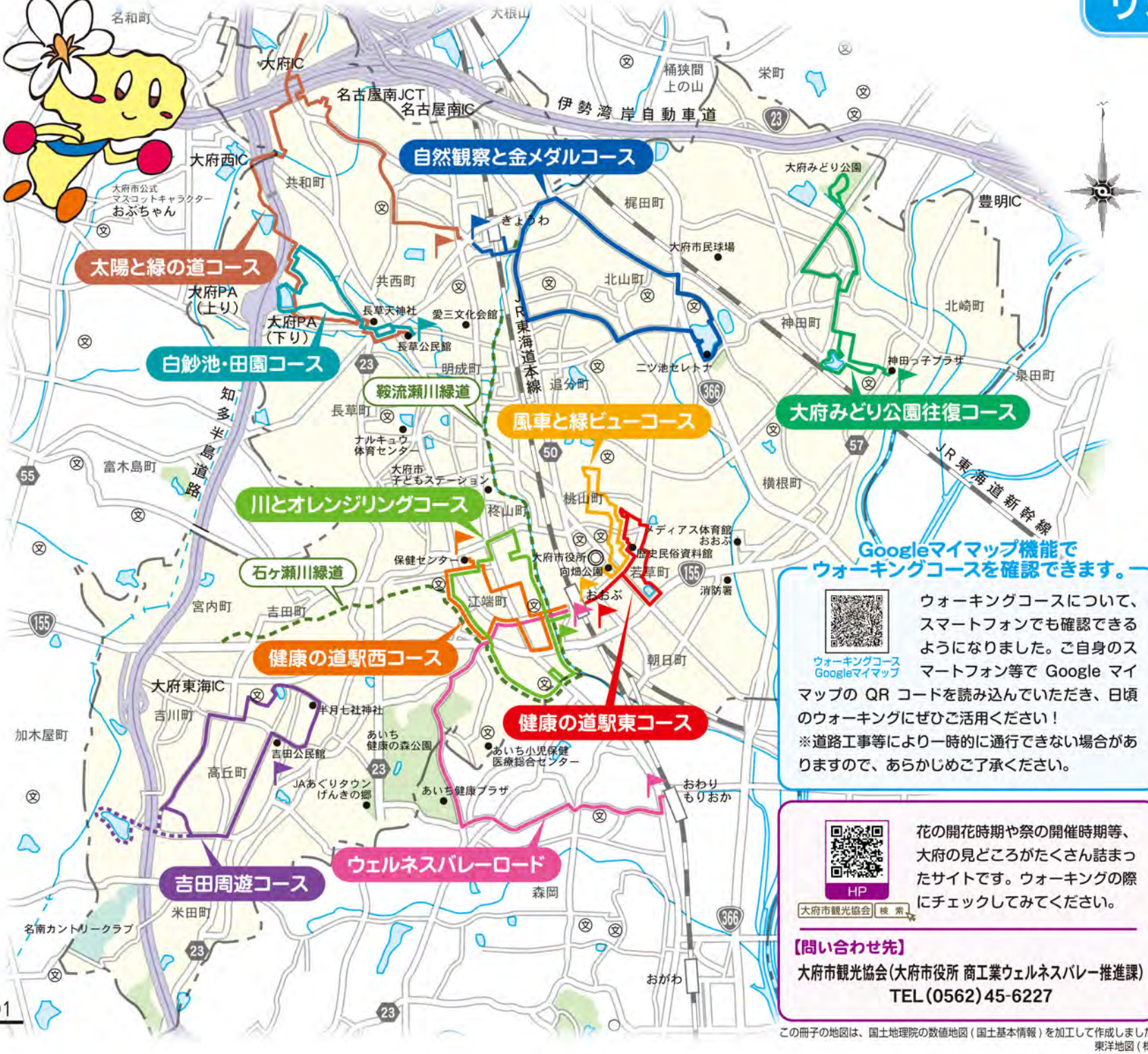
●発　行：大府市
〒474-0035
愛知県大府市江端町四丁目2番地（保健センター）
TEL（0562）47-8000／FAX（0562）48-6667

●発行年月
2026年3月（第6版）

おおぶ 健康都市 ウォーキングマップ

ウォーキングコース全体図



Googleマイマップ機能でウォーキングコースを確認できます。

ウォーキングコース Googleマイマップ

ウォーキングコースについて、スマートフォンでも確認できるようになりました。ご自身のスマートフォン等で Google マイマップの QR コードを読み込んでいただき、日頃のウォーキングにぜひご活用ください！

※道路工事等により一時的に通行できない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

HP 大府市観光協会 検索

花の開花時期や祭の開催時期等、大府の見どころがたくさん詰まったサイトです。ウォーキングの際にチェックしてみてください。

【問い合わせ先】
大府市観光協会（大府市役所 商工業ウェルネスバレー推進課）
TEL（0562）45-6227

この冊子の地図は、国土地理院の数値地図（国土基本情報）を加工して作成しました。
東洋地図（株）

ウォーキングコース全体図 P1〜P2
川とオレンジリングコース P3〜P4
健康の道駅西コース P5〜P6
風車と緑ビューコース P7〜P8
健康の道駅東コース P9〜P10
白鈔池・田園コース P11〜P12
太陽と緑の道コース P13〜P14
自然観察と金メダルコース P15〜P16
大府みどり公園往復コース P17〜P18
吉田周遊コース P19〜P20
ウェルネスバレーロード P21〜P22
石ヶ瀬川緑道・鞍流瀬川緑道 P23〜P24
ウォーキングについて P25〜P26

川とオレンジリングコース

距離 …… 4.6km　時間 …… 70分

健康の道駅西コース

距離 …… 4.0km　時間 …… 60分

風車と緑ビューコース

距離 …… 2.6km　時間 …… 40分

健康の道駅東コース

距離 …… 2.8km　時間 …… 40分

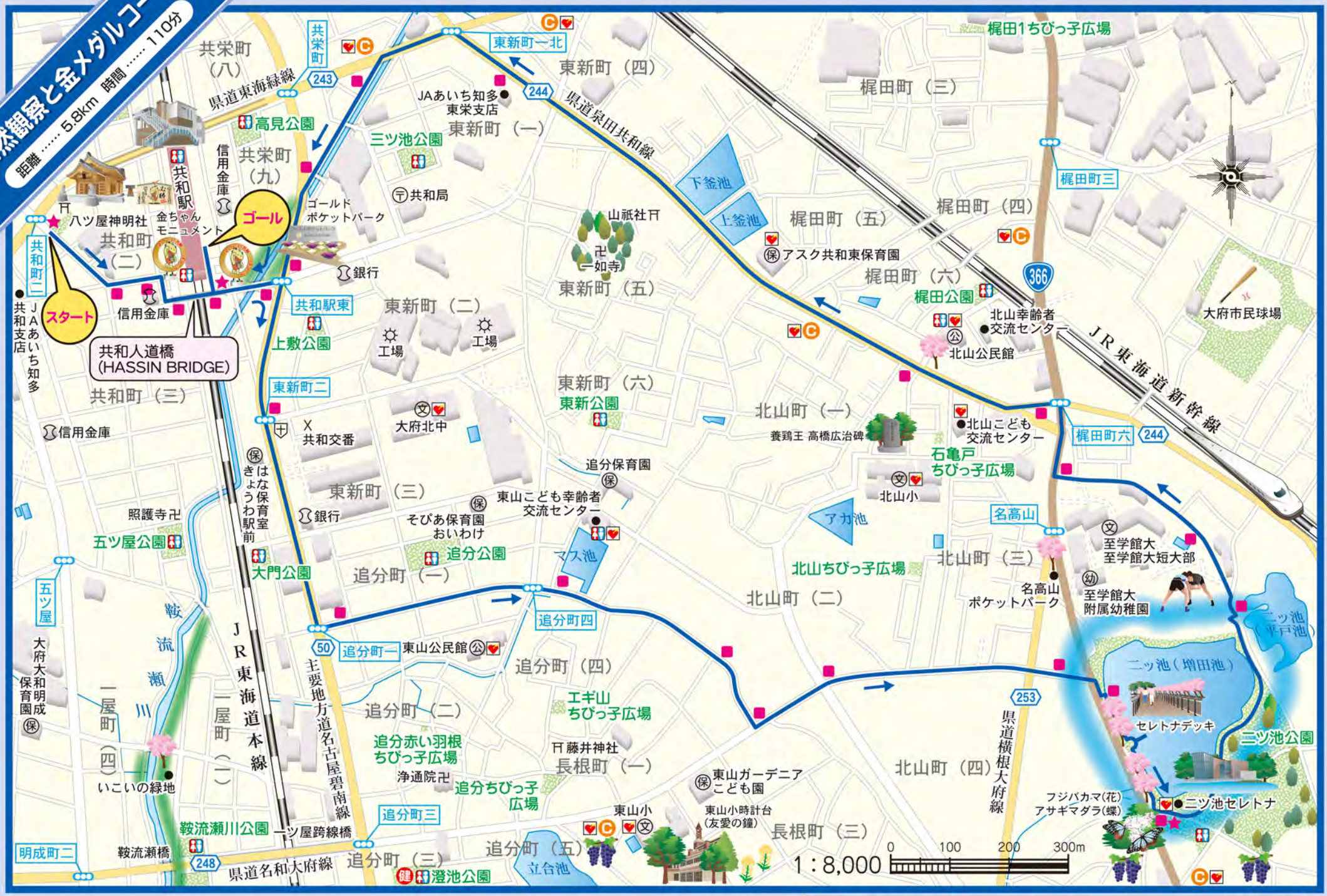
白鮒池・田園コース
距離……3.6km
時間……55分
長草１号橋
知多半島道路
大府 PA
（上り）
大府 PA
（下り）
白鮒池水上デッキ
白鮒池
しらは池
ちびっ子広場
石根川
末広瀬戸池
秋葉神社
奥谷公園
ネオタウン共和
ちびっ子広場
主要地方道
東浦名古屋線
共西町（六）
共西町（五）
共西町（一）
共和西こども幸齢者
交流センター
瀬戸
ちびっ子広場
共和町（七）
共和保育園
東光寺
共和町（五）
八ツ屋大池公園
大池
共西町（二）
てるへい公園
共西町（三）
共和町（六）
県道名和大府線
共西町（七）
共西町七
共和コーポラス
ちびっ子広場
本郷
大府の郷
峯
県道東海緑線
長草局
共長こども
交流センター
宮池下
宮池上
明成町（一）
田面
どぶろく
まつり
地蔵寺
県道長草東海線
長草天神社
長草八幡社
長草川
東寄合
長草保育園
長草デイサービスセンター
向江裏
ちびっ子広場
長草公民館
スタート
&
ゴール
五ツ屋赤い羽根
ちびっ子広場
明成町（二）
本郷
249
248
243
23
0
100
200m
1：6,000
コース誘導看板
コース解説看板
健康遊具
AED
トイレ
コンビニ
神社
寺院
親水エリア

太陽と緑の道コース

距離……6.8km　時間……130分

自然観察と金メダルコース

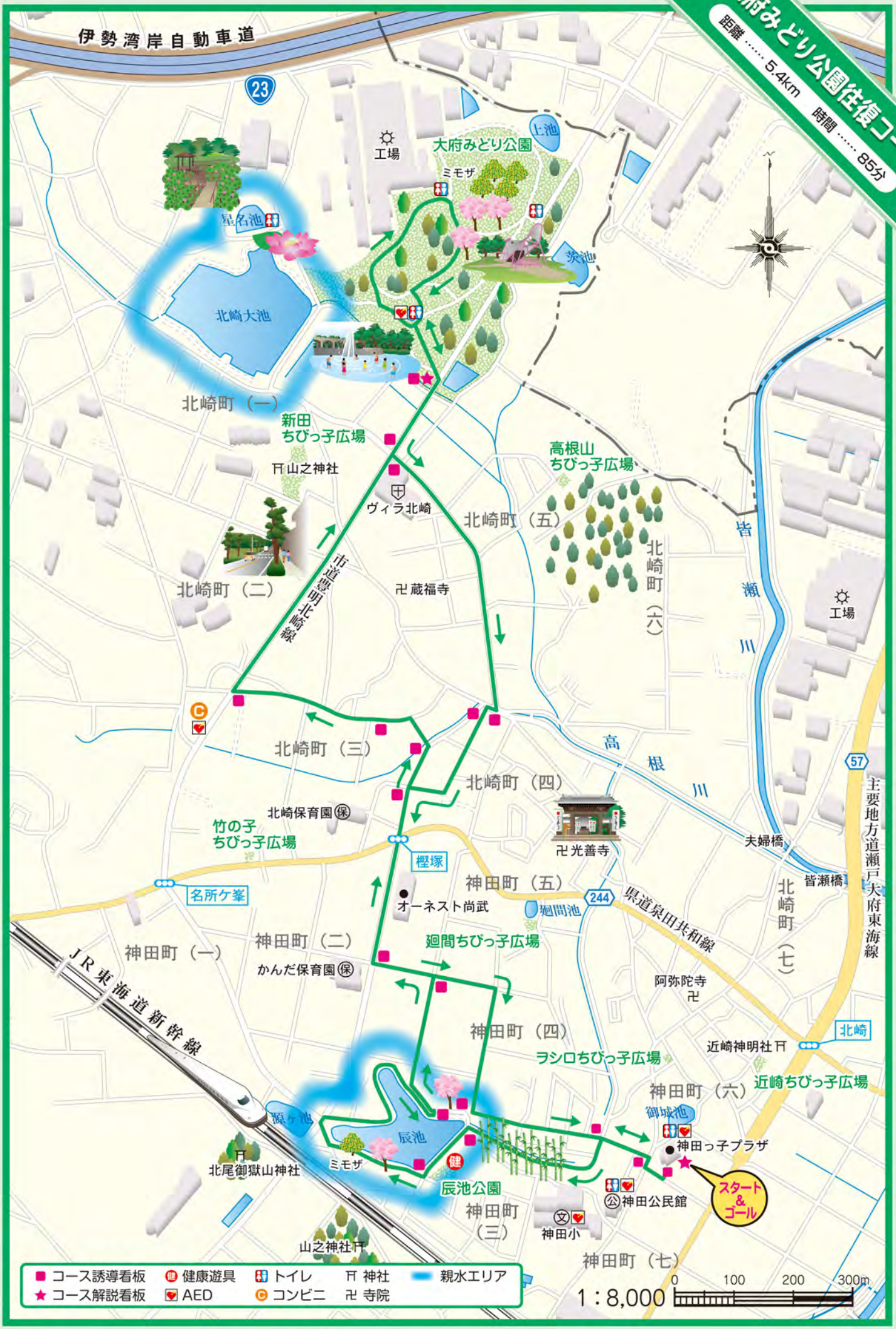
距離……5.8km　時間……110分



■ コース誘導看板　★ コース解説看板　健 健康遊具　AED　トイレ　C コンビニ　〒 神社　卍 寺院　親水エリア　緑道

大府みどり公園往復コース

距離……5.4km　時間……85分



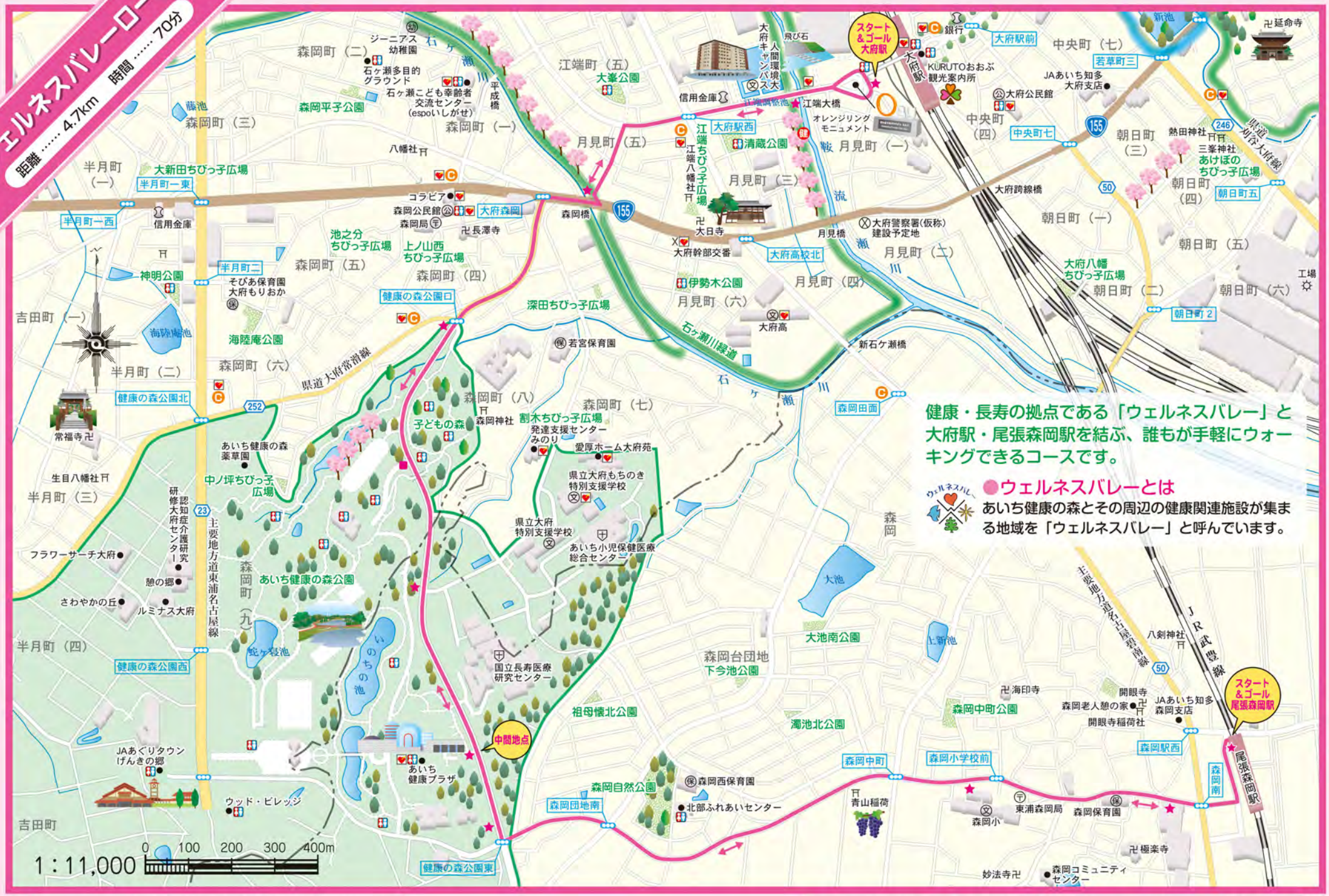
吉田周遊コース

距離……4.8km　時間……75分

■ コース誘導看板　健 健康遊具　トイレ　⛩ 神社　親水エリア
★ コース解説看板　AED　C コンビニ　卍 寺院

ウェルネスバレーロード

距離 …… 4.7km　時間 …… 70分

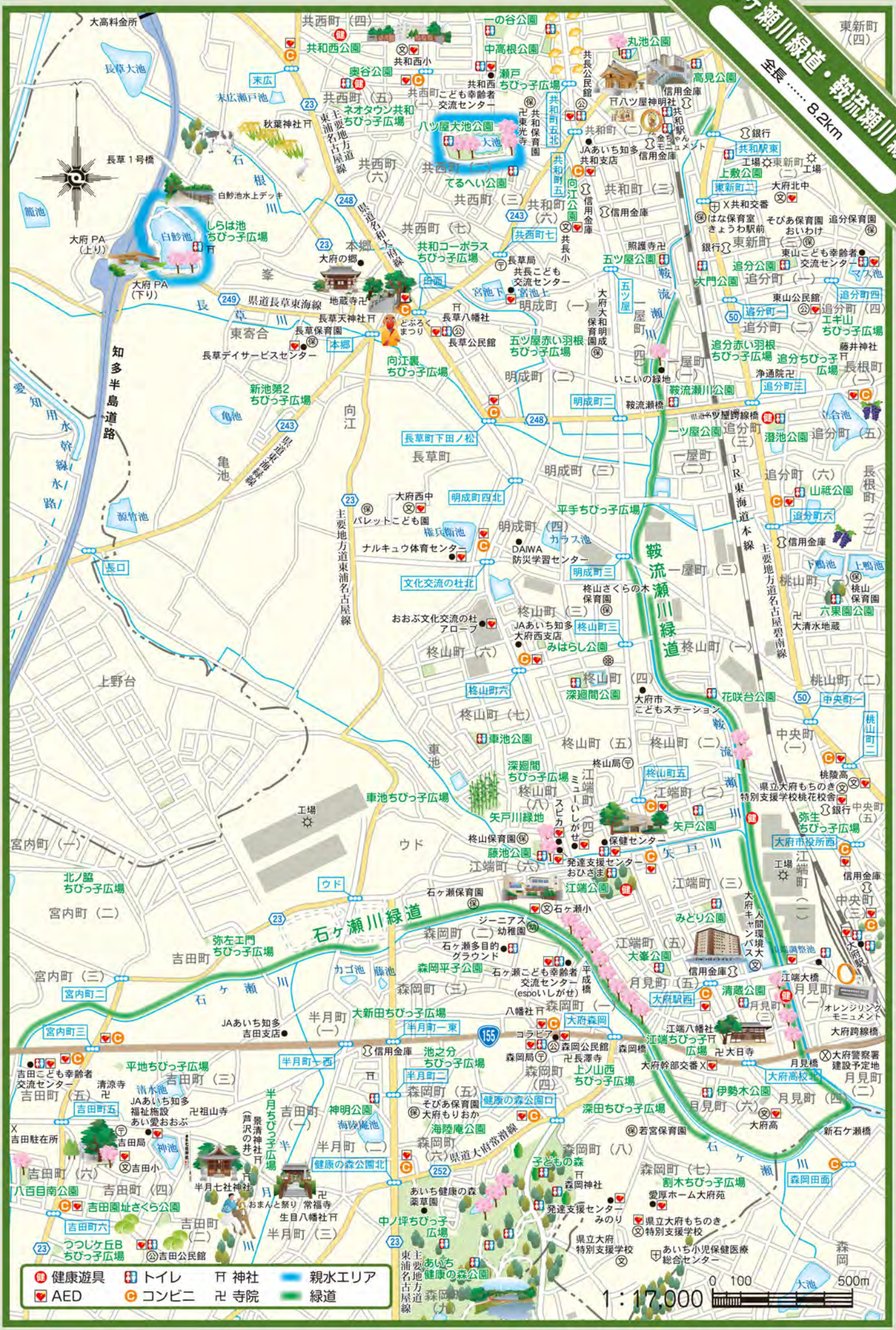


緑のラインの内側がウェルネスバレーの対象地域の一部です。

■ コース誘導看板　★ コース解説看板　健 健康遊具　AED　トイレ　C コンビニ　⛩ 神社　卍 寺院　親水エリア　緑道

石ヶ瀬川線道・鞍流瀬川線道

全長 …… 8.2km


大高料金所
長草大池
長草１号橋
籠池
大府 PA（上り）
大府 PA（下り）
白鈔池
白鈔池水上デッキ
しらは池ちびっ子広場
知多半島道路
愛知用水幹線水路
源竹池
長口
秋葉神社
末広
末広瀬戸池
石根川
共西町（四）
共和西公園
共和西小
奥谷公園
共西町（五）
ネオタウン共和ちびっ子広場
主要地方道東浦名古屋線
共西町（六）
共西町（三）
共西町（七）
共和コーポラスちびっ子広場
本郷
大府の郷
地蔵寺
長草天神社
どぶろくまつり
長草八幡社
長草保育園
長草デイサービスセンター
長草公民館
長草局
共長こども交流センター
宮池下
宮池上
峯
長草川
東寄合
県道長草東海線
向江
亀池
新池第2ちびっ子広場
向江裏ちびっ子広場
長草町下田ノ松
長草町
一の谷公園
中高根公園
瀬戸ちびっ子広場
共西町こども交流センター
共和西幼稚園
共和西
共和町五北
共長公民館
丸池公園
高見公園
信用金庫
八ツ屋神明社
共和駅
金シャチモニュメント
八ツ屋大池公園
大池
てるへい公園
共和町（二）
JAあいち知多共和支店
共和町五
向江公園
共和町（三）
共和町（六）
信用金庫
共西町七
共長小
照護寺
五ツ屋公園
五ツ屋
一ツ屋町（四）
一ツ屋町（一）
大門公園
五ツ屋赤い羽根ちびっ子広場
大府大和明成保育園
明成町（一）
明成町（二）
明成町二
いこいの緑地（一）
鞍流瀬川公園
鞍流瀬橋
一ツ屋跨線橋
一ツ屋公園
一ツ屋町（二）
一ツ屋町（三）
JR東海道本線
主要地方道名古屋碧南線
追分町（一）
追分町（二）
追分町（三）
追分町（四）
追分町（五）
追分町（六）
追分公園
追分町一
追分町二
追分町三
追分町四
追分町六
東山公民館
東山こども幸齢者交流センター
エキ山ちびっ子広場
追分赤い羽根ちびっ子広場
追分ちびっ子広場
澄池公園
辻台池
藤井神社
浄通院
山祇公園
六果園公園
桃山町（一）
桃山町（二）
桃山保育園
下鴨池
上鴨池
大清水地蔵
東新町（四）
東新町（二）
東新町二
東新町三
上敷公園
大府北中
X共和交番
はな保育室きょうわ駅前
そびあ保育園おいわけ
追分保育園
銀行
共和駅東
工場
東新町（一）
マツ池
長根町（一）
長根町（二）
明成町（三）
明成町四北
大府西中
パレットこども園
ナルキュウ体育センター
権兵衛池
DAIWA防災学習センター
カラス池
平手ちびっ子広場
文化交流の杜北
柊山さくらの木保育園
柊山町（三）
柊山町三
おおぶ文化交流の杜アローブ
JAあいち知多大府西支店
みはらし公園
柊山町（六）
柊山町（四）
深廻間公園
大府市こどもステーション
花咲台公園
中央町一
中央町（一）
柊山町六
柊山町（七）
車池公園
柊山町（五）
柊山町（二）
柊山町五
深廻間ちびっ子広場
車池ちびっ子広場
車池
工場
矢戸川緑地
柊山町（八）
スピカ
ミューいしがせ
柊山局
矢戸公園
保健センター
柊山保育園
藤池公園
発達支援センターおひさま
江端町（六）
江端町（二）
江端町（三）
江端公園
江端町（五）
桃陵高
県立大府もちのき特別支援学校桃花校舎
中央町（五）
弥生ちびっ子広場
大府市役所西
信用金庫
中央町（三）
工場
江端町（一）
大府キャンパス
大府駅
オレンジリング
モニュメント
大府跨線橋
江端大橋
月見町（一）
月見町（二）
月見町（三）
月見町（四）
月見町（五）
月見町（六）
清蔵公園
大府駅西
大府高校北
大府警察署建設予定地
月見橋
伊勢木公園
大府高
新石ヶ瀬橋
大府駅
大府市人間環境課
大府市役所
大府市役所前
大府市役所東
大府市役所北
大府市役所南
大府市役所西
大府市役所北西
大府市役所南西
大府市役所北東
大府市役所南東

●ウォーキングの前に確認しましょう●

ウォーキングの前に自分の健康状態を確認しておきましょう。体調の悪い時や疲労がたまっているときには無理をしないようにしてください。

セルフチェック

- □ 睡眠不足で十分な休息がとれなかった。
- □ 熱っぽく、頭痛がある。
- □ めまいがする。
- □ 血圧が高い。(目安:収縮期血圧180mmHg以上、拡張期血圧100mmHg以上)
- □ 血圧が普段よりも著しく高い。

※セルフチェックに1つでも当てはまる場合はウォーキングを中止しましょう。
※心身ともにゆとりをもってウォーキングに取り組むようにしましょう。

●突然、人が倒れたら…AEDの設置箇所●

ウォーキング中などに人が急に倒れたら、心臓がけいれんしている場合があります。救急車を呼ぶことはもちろん、到着までの間、救命処置を行うことが重要です。救命処置実施時に効果を発揮するAEDは、市内の公共施設やコンビニ、駅、医療機関、事業所などに設置されています。このウォーキングマップにも公共施設、コンビニ、駅に設置されているAEDについては、AEDマークで場所を示しています。医療機関や事業所の設置箇所については、市ウェブサイトで確認することができます。

AEDについての問い合わせ　大府市消防署／☎0562-47-0119

●おぶちゃんの健康豆知識~0次予防とは?~●

本人が意識的な努力をしなくても健康状態を維持でき、自然に健康づくりに取り組むことができる環境づくりを「0次予防」と呼ぶよ!

大府市では、モニュメントを巡るウォーキングコースの整備や歩行姿勢測定システムの導入など「0次予防」に繋がる様々な取り組みを推進しているよ!

大府市公式
マスコットキャラクター
おぶちゃん

●水分補給も忘れずに!●

ウォーキングには水分補給が大切です。汗をかくことで体内の水分量が不足してしまい、汗をかくことができなくなります。汗をかくことができないと、体温が上昇し「熱中症」に陥ります。

また、血液粘度が高まり、心筋梗塞等の原因になることもあります。

※「のどが乾いた」と感じる前にこまめに水分補給をしましょう。

〈正しい水分補給の仕方〉

① 歩き始める前にまずは1杯飲む。
② 一気にたくさんの量を飲まず、こまめに少しずつ飲む。
(15~20分おきにコップ1杯程度飲む)

〈ウォーキングに適した飲み物〉

ミネラルウォーター

水分だけでなく、カルシウムなどのミネラル補給ができる。

スポーツドリンク

エネルギー代謝に必要な糖分や塩分が補給できる。

※糖分が多いため注意が必要です。2~3倍に薄めて飲むとよいです。

〈注意が必要な飲み物〉

カフェインの入った飲み物

カフェインの入った飲み物(緑茶、コーヒー、紅茶等)は、利尿作用(排尿量を多くする作用)があり体内の水分量を保つには適していません。

熱中症に注意

夏の暑い時期には熱中症に注意しましょう。お出かけ前に暑さ指数(WBGT)をチェック!暑さ指数が31度を越えると高齢者では安静状態であっても熱中症になる危険が高まります。屋外での運動も大変危険です。朝や夕方等にウォーキングに出かけることをお勧めします。

環境省　熱中症予防情報サイト　検索